

## 吾之书

## 如何像李叔同一样从容过一生？

◎ 计育瑾

《从容淡定过一生：李叔同传+人生哲学》一书由谢坤柔与蜀倩共同编著。两位作者以历史研究者的严谨与文学创作者的感性，通过大量史料考证与艺术化叙事，将李叔同的生平细节与思想内核深度融合。书中不仅参考了《李叔同年表》《太平洋报》等原始文献，更借助丰子恺、夏丏尊等弟子的回忆，还原了李叔同从世家公子到弘一法师的完整生命轨迹。这种双重视角的写作方式，既保证了史实的准确性，又赋予了传记强烈的文学感染力。

通读此书，深感其是一部跨越世俗与超脱的生命启示录。全书以“人生哲学”为核心线索，采用“传记+思想”的双螺旋结构展开：上篇《李叔同传》以时间轴为脉络，从天津盐商世家的幼年失怙，到沪上文坛的“桐花万里路”，再到东京美校的油画革命，最终定格于虎跑寺的剃度出家。书中特别聚焦了三个关键转折点：母亲去世后“子欲养而亲不待”的痛楚、挚友许焕园破产时吟出《送别》的顿悟，以及37岁断食实验中体悟“心空无一物”的禅定。下篇《人生哲学》则提炼出“宽严相济”“念佛救国”“器识为先”等六大思想体系。例如“先器识而后文艺”的理念，源自李叔同

在浙江省立第一师范学校任教时，将明代《人谱》中“士之致远者，当先器识而后文艺”的箴言，确立为学生人格培养的核心标准。

这本书令人感慨万千，受益匪浅，它让我们在浮躁的时代重获内心的锚点。其价值主要体现在三个维度：首先是历史与哲学的双重深度。本书突破了传统人物传记的叙事框架，将李叔同的人生选择置于近代中国知识分子精神史的坐标系中。例如其“念佛救国”思想，既是对佛教“庄严国土，利乐有情”的诠释，也是对单纯“文艺救国”路径的超越。其次是现代生活的精神解药。李叔同出家时变卖钢琴、书画，仅携《华严经》与笔墨，书中提炼的“物质极简，精神充盈”理念，直指当代消费主义的困境；引用弘一法师“涵养先得一个缓字”的箴言，并结合现代心理学提出“三秒呼吸法”以应对焦虑，极具现实意义。最后是跨代际的阅读共鸣。青年读者可从李叔同26岁主编《太平洋报》的革新精神中，获取职业突破的勇气；中年读者可通过其“家国同构”的修行观，重新理解责任与自由的平衡；老年读者则能在“晚晴终暮，天心月圆”的临终意境中，找到生命终点的

精神归宿。

然而，这部作品的可贵之处不仅在于展现李叔同光辉灿烂的一面，更在于以一种客观、公正且包容的态度，直面这位传奇人物光环背后的阴影。书中毫不避讳地提及李叔同人生中的诸多争议：对发妻的疏离、对日籍夫人雪子的决绝，以及出家后因坚守戒律而未直接参与世俗募捐所引发的讨论。作者通过引用其遗嘱“悲欣交集”，揭示了这种“不完美”背后的精神逻辑——当个体的修行升华为对全人类的悲悯时，私人情感往往不得不退居次位。这种解读，既保持了历史研究的客观性，又赋予了人物形象以真实的人性温度。

总而言之，这是一本宛如陈酿般值得我们终身反复品味的生命手册。《从容淡定过一生：李叔同传+人生哲学》的价值，不仅在于还原了一个文化巨人的生命历程，更在于它提供了一套应对现代困境的东方方案。当我们在书中读到李叔同“花絮柳密处拨得开，风狂雨骤时立得定”的书法时，实际上是在触摸一种超越时空的精神力量。它告诉我们：真正的从容，不是逃避生活的风暴，而是在风暴中心保持内心的澄明。

## 博览群书



《引回风》  
李敬泽 著  
湖南文艺出版社

观察和独特见解。同时，他常以文学化的表达消解理论的枯燥，形成一种“散文”风格，既有批评的锐利，又有抒情的温度。

## 不要熄灭浪漫



《温柔的讲述者》  
(波兰)奥尔加·托卡尔丘克 著  
黄珊 译  
浙江文艺出版社

世界的视角，体会这个世界的整体性和复杂性——穿透偏见与教条，感受疯狂与幻想，不要熄灭生命里那浪漫的高潮。

## 下一个万亿赛道



《生物红利时代》  
(英)安德鲁·克雷格 著  
林丽碧 译  
中信出版社

以及环境的修复。

生物技术的跃进，将使我们享受更美好的生活：更安全、更健康、更富足、更快乐、更长寿。该行业已然创造了诸多“奇迹疗法”，未来还会有更多突破。然而，尽管进步斐然，却鲜少有人察觉到这场正在发生的非凡进步。

本书旨在弥补这一认知盲区，以平易近人的语言，阐释生物技术的本质，揭示未来的发展方向，并指导精明的投资者把握其中巨大的财富机遇。过去一个世纪，科技主导了人类的进程，而生物技术，将是定义未来的下一个核心主题。

## 芳草亭

## 穿越时空的对话与心灵的回响

——读《解忧杂货店》有感

◎ 张叶筱

东野圭吾的《解忧杂货店》，无疑是他创作生涯中一部温暖而特别的作品。它没有罪案，没有侦探，却以其精巧的时空结构、细腻的情感描写和深刻的人文关怀，构筑了一个令人沉醉的文学世界。书中那家名为“浪矢”的杂货铺，仿佛是一个穿越时空的心灵驿站，它不仅为书中角色解答困惑，更如同一面澄澈的镜子，映照出当代社会中人们普遍面临的精神困境与情感渴望。作为一名政协委员，在阅读这个故事的过程中，我不仅被其温情叙事所打动，更从中获得了关于沟通、信任与社会联结的深刻启示。

《解忧杂货铺》的核心情节，围绕着“咨询”与“回复”展开。三十年前的浪矢雄治老先生，通过杂货铺后门的牛奶箱，认真回复着一封封来自不同咨询者的烦恼信件；三十年后，三个误入杂货铺的年轻人，意外成为了这种跨时空对话的延续者。这个看似奇幻的设定，却揭示了一个朴素而珍贵的真理：真诚的倾听与用心的回应，具有抚慰人心、指引方向的巨大力量。在节奏飞快、信息爆炸的今天，我们似乎拥有了前所未有的沟通工具，但真正的、深入的、不带功利目的的倾听却变得日益稀缺。我们习惯于快速给出建议，急于表达观点，却很少能静下心来，像浪矢老先生那

样，将别人的烦恼“在脑子里深思熟虑一晚上”，再郑重地写下回信。

在政协履职中，我们的一项重要职责就是倾听民意、反映民情。我们是否真正做到了“倾听”？在调研座谈时，我们是耐心听取每一位群众的发言，还是仅仅为了完成“听取意见”的程序？在面对一些看似琐碎、甚至不合时宜的诉求时，我们是否能像浪矢先生对待“保罗·列依”的恶作剧信一样，依然抱持着最大的尊重与真诚去对待？书中浪矢先生的一句话点醒了我：“人的心声是绝对不能无视的。”每一个诉求背后，都是一个真实的个体在特定境遇下的挣扎与期盼。唯有放下身段，带着同理心去倾听，我们才能触及问题的本质。然而，我们的建言献策才能真正说到群众的心坎上，而非隔靴搔痒。

书中三个年轻的“回信者”——敦也、翔太和幸平，他们本身是社会的边缘人，对世界充满不信任与愤怒。然而，在扮演“解忧者”的过程中，他们被迫去理解他人的处境，思考人生的选择。他们给出的建议或许青涩，甚至带有他们那个年龄的局限性，但那份想要帮助他人的心意是真诚的。这个过程，恰恰是他们自我救赎、重建对世界信任的过程。这也说明了“助人者亦是自助”

的道理。信任，是一种脆弱而又强大的社会资本，它需要真诚的付出去培育，而一旦建立，便能产生巨大的能量。

《解忧杂货铺》中的咨询者，无论是梦想与责任间徘徊的奥运选手，还是在理想与现实间挣扎的音乐人，他们的烦恼最终并非依靠一个“标准答案”得以解决。浪矢杂货铺提供的，从来不是包治百病的药方，而是一面镜子、一个视角、一份鼓励。它帮助咨询者厘清思绪，看清自己的内心，从而获得做出选择并为之负责的勇气。这种“非指导性”的助人哲学，充满了东方式的智慧与尊重。它承认每个人都是自己生活的专家，生命的航向最终要靠自己去掌舵。

合上这本书，那间散发着旧时光气息的杂货铺，那扇连接过去与未来的牛奶箱，久久萦绕在我的脑海。它让我看到，在这个技术理性至上的时代，人与人之间最朴素的情感连接、最真诚的倾听与信任，依然是我们内心深处最渴望的慰藉，也是构建一个温暖、韧性社会的基石。在未来的履职道路上，我愿努力成为这样一个“解忧者”——或许没有穿越时空的能力，但我愿带着最大的诚意与耐心，去倾听那些呼喊，去尊重每一个独立的灵魂，去守护群众之间宝贵的信任。

## 红楼漫谈

## 浊世中的清醒者

——从贾宝玉的“三不主义”看早期人本主义的觉醒

◎ 余苗

近来，关于《红楼梦》的索隐研究引起广泛关注。历经岁月沉淀，经典作品总能解锁沉睡的历史密码。若将视野聚焦于“木石前盟”与“金玉良缘”交织中的核心人物贾宝玉，便会发现其看似乖张的叛逆形象背后，正孕育着封建末世里革命思想的微弱萌芽，藏着值得深挖的历史精神内核。

尽管贾宝玉被世人视为“古今不肖无双”的叛逆标杆，传统解读常将其叛逆简单归结为对封建礼教的反抗。然而，深入分析文本会发现，他的叛逆并非对传统文化的全盘颠覆，而是对封建统治秩序的一种特殊抗争。在第十七回“大观园试才题对额”中，每逢崎岖路径，贾宝玉必上前搀扶父亲贾政；即使贾政不在府中，宝玉途经其书房时也要下马示敬。在贾宝玉的情感价值排序中，祖母、父母始终占据重要位置，其后才是黛玉。正如有研究者指出，贾宝玉遵循的是纯粹真诚的“庶人之孝”，迥异于贾政等人推崇的功利算计的“官宦之孝”。在这种叛逆的外衣下，实则藏着对传统人伦美德的坚守。

这份复杂的叛逆，以反对经世文章为外在表征，以坚守传统孝悌美德、悲悯底层众生为内核，是一种价值的觉醒。这份觉醒直指封建统治的腐朽本质，可视作封建末世革命思想的前期萌芽。

一是对封建科举制度的坚决抵制。贾宝玉的叛逆首先表现在对“经世文章”的强烈反感上。在《红楼梦》第七十三回中，宝玉直言：“更有时文八股一道，因平素深恶此道，原非圣贤之制撰，焉能阐发圣贤之微奥，不过是后人饵名钓禄之阶。”他认为八股文并非圣贤创制，不能真正阐发圣贤的深奥思想，只是后人获取功名利禄的工具。

从历史角度看，这种思想觉醒并非孤立现象。明末清初，学界已兴起复兴古学、批判程朱

理学之风。顾炎武曾言：“《论语》，圣人之语录也。舍圣人之语录，而从事于后儒，此之谓不知本矣。”正如红学家张其成所分析的，贾宝玉的“三不主义”——不喜欢读圣贤书、不肯搞科举、不愿当官，是其进步意义的体现。这种态度并非简单的厌学，而是对封建选官制度的根本质疑。贾宝玉拒绝成为封建统治机器的一部分，这种反抗虽然尚停留在个体层面，但已体现出对封建价值体系的根本否定，而这正是革命思想产生的前提。

二是对封建官僚体系的辛辣批判。在第十九回中，袭人转述宝玉的话：“凡读书上进的人，你就起个名字叫作‘禄蠹’。”贾宝玉创造出“禄蠹”这一称谓，准确地概括了那些将读书作为谋取俸禄手段的官僚本质。在第三十二回中，当史湘云劝宝玉交往“为官做宰的人们，谈谈讲讲些仕途经济的学问”时，宝玉立即翻脸道：“姑娘请别的姊妹屋里坐坐，我这里仔细脏了你知经济学问的！”在第三十六回中，面对宝钗等人的劝导，他更是直言不讳：“好好的一个清净洁白女儿，也学得钓名沽誉，入了国贼禄鬼之流。”

他认为那些所谓的“文死谏，武死战”的封建道德标杆，不过是沽名钓誉之徒的表演。在《姽婳词》中，他写道：“天子惊慌恨失守，此时文武皆垂首。何事文武立朝纲，不及闺中林四娘。”这将批判的锋芒直接对准了满朝文武乃至最高统治者，无情地揭露和讽刺了封建官僚昏庸腐朽及外强中干的本质。

三是对封建等级制度的温柔颠覆。他提出“女清男浊”的观点，表面上是对女性的赞美和对男性的贬低，实际上是对整个封建男权制度的挑战。首先，它否定了传统的男尊女卑观念，体现了男女平等的思想萌芽；其次，它将批判的矛头指向男性统治阶级，认为他们已被权力和欲望腐蚀，失去了人的本真。男性在权力结构

中变得“浊臭逼人”，而女性因被排除在权力之外，反而保持了清爽。

对封建等级制度的挑战，更体现在他对主奴关系的超越上。在第六十六回中，兴儿向尤氏姐妹描述宝玉：“有时见了我们，喜欢时没上没下，大家乱顽一阵；不喜欢各自走了，他也不理人。”这种“没上没下”的态度，正是对主仆等级观念的消解。金钊投井后，他不顾礼教束缚暗自悲恸；晴雯蒙冤而死，他写下血泪凝成的《芙蓉女儿诔》，以最真挚的情感为底层丫鬟悼亡。

脂砚斋以“情不情”三字精准批注这份情怀。贾宝玉的悲悯情怀从不局限于阶级与身份，他以赤子之心对待每一个生命。这份跨越等级的博爱，本质上是一种“将人当人看”的人本主义思想。尽管这份理想带着乌托邦式的浪漫色彩，却已蕴含“自由、平等、博爱”等近代民主革命思想的核心要素。

综览贾宝玉的叛逆言行，其精神内核早已超越个体的任性妄为，成为封建末世革命思想的萌芽。李希凡和蓝翎在1954年发表的《关于〈红楼梦〉简论》及其他一文中指出（该文曾得到毛泽东的高度重视与批示）：贾宝玉和林黛玉“尽管他们的恋爱和生命的结局是悲剧的，但是他们却以此向封建制度、礼教表示了抗争，他们的思想已从原阶级的体系中分离出来，向封建礼教发出了第一声抗议”。这一论断精准捕捉到了其叛逆背后的革命性意义。

诚然，这份革命思想的萌芽尚显稚嫩，缺乏系统的理论支撑与明确的行动纲领，其反抗方式多为消极逃避而非积极斗争，理想色彩远浓于现实可行性。但不可否认，贾宝玉的叛逆形象为我们解读封建社会末期的思潮变迁提供了鲜活样本，也让我们看见，每一场伟大的变革，都始于一颗不甘沉沦的灵魂，始于一丝微弱却执着的思想星火。

## 方言学堂

勿上勿落  
夹在中间。  
伊格成绩勒班级里是勿上勿落，只好算是中等。

有得  
够了；表示会多次发生；与其；能满足某种欲望。新隸人则读作“有踏里”。  
①准备了介许多菜，过年就有得哩。  
②依去理睬伊么就苦哩，伊有得同依搅了。  
③身体顶要紧，有得拿铜钿买药吃，还勿如买点好小菜吃吃。  
④老百姓只要有得吃、有得着、有房住，勿欠债，就满足哩。

吃饭家生  
趣指脑袋；谋生的工具。  
①伊是一时冲动去杀脱个人，格趟伊个吃饭家生要保勿牢哩。  
②木匠师傅格工具勿好去碰，侬是吃饭家生，碰坏脱就勿好用哩。

闹煞哩  
太吵闹啦。亦作“闹倒格来”、“闹尽闹尽”。  
介许多人哇拉哇拉，直起喉喊吃得介响，要闹煞哩，轻一眼好哦！

歇歇  
休息；一会儿。  
①伊是花头真多，歇歇要吃茶，歇歇要吃饮料。  
②做理介长辰辰生活，好歇歇吃口茶哩。

天晓得  
表示难以理解或难以分辨。  
蛮好格事体到伊手里就做勿好，真是天晓得。

准备了介许多菜，过年就有得哩